

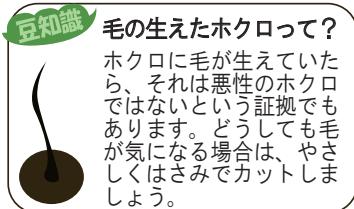
Vol. 17 MAY. 2014

次号は2014年9月発行予定

●発行/MED MIX PRESS 編集局 茨木市水尾3丁目16-28 TEL072-635-5777 ●編集/株式会社メディカル・エージェント ●発行日/2014年5月15日



ダーモスコピ (特殊な拡大鏡) を用いて、ほくろの癌といわれるメラノーマか、普通のホクロかどうかを検査します。



豆知識
毛の生えたホクロって?
ホクロに毛が生えていたら、それは悪性のホクロではないという証拠でもあります。どうしてやまが気になる場合は、さしつけでカットしましょう。

化粧や、アセサリーラインをつける機会の多い女性に、アレルギー性の皮膚炎が多く見られます。皮膚炎のアレルギーの場合は、パッチテストを行います。化粧品などで、皮膚炎を起こしたと疑われる場合は、使っていた化粧品を持って来いただき、何にアレルギーの反応をしていましたかをみます。

女性に多い金属アレルギー

ほくろに関しては、良性・悪性を判断する基準に、ABCというものがあります。
AはAsymmetry (非対称) であるかどうか、BはBorder (輪郭) 、ほくろの縁が、ギザギザなど境界線が不明瞭かどうか、CはColor (色) 、ほくろの濃淡や色調が不均一かどうか、DはDiameter (径) 、ほくろのサイズが6ミリ以上かどうか、当てはまるものがあれば悪性の可能性もありますので、一度受診をおすすめします。

悪性黒色腫は、足の裏に最も多く発生しますので、

- ・爪の色が黒く変わってきた
- ・急にほくろが大きくなつた
- ・形が変わつた
- ・急に硬化してきた

などの症状があれば、放っておかずには、念のために来院していただくのが、いいかと思います。



ほくろに関しては、良性・悪性を判断する基準に、ABCというものがあります。

AはAsymmetry (非対称) であるかどうか、BはBorder (輪郭) 、ほくろの縁が、ギザギザなど境界線が不明瞭かどうか、CはColor (色) 、ほくろの濃淡や色調が不均一かどうか、DはDiameter (径) 、ほくろのサイズが6ミリ以上かどうか、当てはまるものがあれば悪性の可能性もありますので、一度受診をおすすめします。

ホクロ? 悪性・良性の見分け方

いぼ・腫瘍の治療法

いぼは、非常に一般的な皮膚病変で、ウイルスが原因で発生します。

「ヒトパピローマウイルス」と言われるウイルスが、小さな傷口から皮膚に入り込み、感染していくととなって表れるのです。このウイルスは、百種類以上もあります。いぼは手足にできることが多いので、いぼをひつかいて、とびひのように移っていくこともあります。ほとんどのいぼは、自然軽快する(数年以内に自然に消える)ことがあります。その場合には、跡が残る事はほとんどありません。

いぼの治療法としては、液体窒素での凍結療法があります。市販薬も多く出回っています。貼るタイプや塗るタイプ、内服するタイプなどがありますが、いぼの種類によって異なります。いぼに関しては、まずいじらないが一番です!気になる場合は、皮膚科を受診しましょう。

皮膚腫瘍の治療は、手術療法が主体で、その多くは切除のみで根治します。皮膚の下にある腫瘍は、超音波検査(エコー)で診断します。悪性腫瘍には、内臓やリンパ節に転移するものもあり、注意が必要です。

「たかがホクロで病院に?」しかし、万が一そのホクロが、メラノーマであった場合は、早急な治療が必要です。メラノーマとは、メラノサイト(皮膚に色調を与える細胞)と呼ばれる皮膚細胞に悪性(がん)細胞が認められる病気です。メラノーマは、ホクロのガンと言われる事もあるほど、ホクロと間違われやすい病気です。そこで今回は、ホクロの悪性・良性の見分け方、また、いぼや腫瘍の治療法、アレルギー性の皮膚炎について、にして皮フ科・西出院長にお聞きしました。

ホクロの様な癌、メラノーマとは?

[取材協力・監修]にして皮フ科クリニック 院長 医学博士 西出 武司 先生

あなたのホクロは大丈夫?

金属アレルギー

では、

16種類の金属を含んだ試薬の金

属パッチテストを、皮膚表面(背部)に、2日間貼付するこ

とにより、アレルギー反応を起すかどうかを調べます。

また、金属アレルギーは、歯の治療で使う金属が原因になることもあります。口腔内で金属に触れた所が、アレルギー反応をするというわけではなく、溶け出した

金属が原因で、全身に症

状ができる事が多いです。

その症状は、口の中だけ

にとどまらず、頭痛や肩

こりなど、口腔金属が原

因だとは気づかずに、長

年症状に悩んでいる方も

いるようです。

金属アレルギーテスト

・アルミニウム

・コバルト

・スズ・鉄

・パラジウム

・マンガン

・インジウム

・イリジウム

・重クロム

・クロム

・ニッケル

・金・銀・銅

・白金・亜鉛

※皮膚科によって

は内容が違う場合

もあります



金属を含んだ試薬で、アレルギー反応を起こすかどうかを調べます。

PROFILE



にして皮フ科クリニック 院長
西出 武司 (にしでたけし) 先生

にして皮フ科クリニック

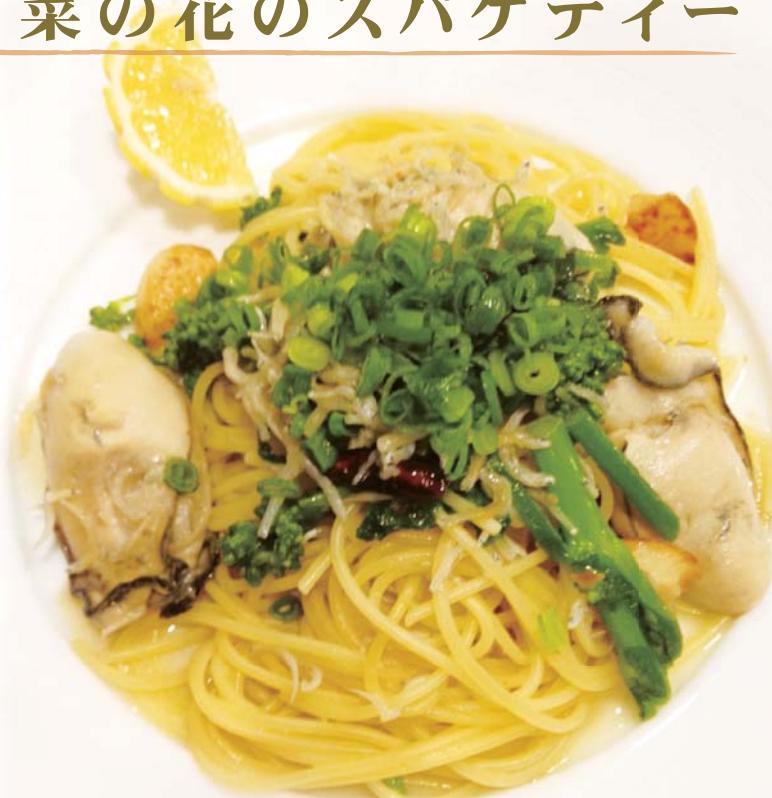
和歌山県立医科大学卒業
公立那賀病院皮膚科部長
(和歌山県立医科大学皮膚科)

特診(乾癬外来)兼任を経て
平成22年ににして皮フ科クリニック開業
日本皮膚科学会認定皮膚科専門医 医学博士
日本皮膚科学会、日本臨床皮膚科医会所属
〒593-8315
大阪府堺市西区菱木1丁2229-2
萬崎クリニックモール内
TEL: 072-271-1112
<http://www.eonet.ne.jp/~nishide-hifuka/>
●診療時間: 午前診 9:00 ~ 12:00
午後診 16:30 ~ 19:00
(休診日: 日曜日・祝日・木・土午後)
(往診: 月・火・金 13 ~ 15時)

普段ご家庭でも馴染みのある食材で、ひと工夫。菜の花を使って、彩りよく、食欲をそそる一品に。

力キとジャコ、菜の花のスパゲティー

<材料(2人前)>	
剥き牡蠣	6個
ジャコ	20g
菜の花	6本
オリーブオイル	50cc
にんにく	1片
鷹の爪	1本
醤油	少々
昆布茶	少々
白ワイン	10cc
パスタ	160g
レモン	1/6
塩・胡椒	少々
青葱、パセリ	お好きな方を



<作り方>

- 1 フライパンにオリーブオイル、にんにくと鷹の爪を入れ、ニンニクが薄く色づくまで炒める。
- 2 1にジャコを加え、醤油、昆布茶を加えて少し炒めた後、白ワインを入れる。
- 3 パスタをゆで始める。表示された時間より1分ほど早めに上げ、ダシを吸わすよう仕上げた方が美味しく仕上がります。
- 4 牡蠣と菜の花を加え、パスタのゆで汁を少し入れる。
- 5 パスタの味見をし、塩胡椒で味を調える。
- 6 皿に盛り付け、好みでネギやパセリをふり、レモンを添える。
牡蠣の代用として、アサリや蛤でも美味しい作れます。



パスタの食べ方いろいろ

日本では、細長いパスタやスパゲッティを食べるときに、フォークと一緒にスプーンを併用してパスタを食べる姿をよく目にします。本場イタリアでは、パスタはフォークだけで食べるのが一般的だそうです。スプーンを使ってパスタを吃るのは、いわゆる「お子さま」なのだと。イタリア人は、フォークで一口分のスパゲッティーを引き上げて、それを皿の端っこでくるくるっと丸めてパックと頂くのがイタリア流だとか。スプーンを使うのは、もちろん一概に子供だけとは言えないのですが、圧倒的に「フォークだけ派」が多いそうです。

しかし、高級リストランテでの食事でないのなら、よほどお行儀が悪くない限り、食べ方云々よりも、「食事は楽しく食べる！」それが一番ですね！！



カルシウムが豊富な ちりめんじゃこ

「ちりめんじゃこ」とは、いわし類（片口いわし、真いわし、うるめいわし）の稚魚を、食塩水の釜で茹で上げ、天日に干して乾燥させたもので、セイロに広げて干す様子が、絹織物のちりめん（縮緬）に似ている事から漢字で縮緬稚魚（ちりめんじゃこ）とも書きます。

ちりめんじゃこは、カルシウム、ビタミンDなどを豊富に含み、健康に非常に優しい食品です。特に、カルシウムは100gあたり約520mg含まれており、牛乳と比較しても200ml瓶の2.5本分に相当します。お酢や梅干、柑橘系の食品などを合わせて頂くと、カルシウムが体内にさらに吸収され易くなります。塩分を気にされる方は、熱湯をまわしかけて、塩分を流してしまうのも一つの手です。

地域の人々に愛される 紀北薬局グループ

紀北薬局グループは大阪と和歌山を中心に店舗展開をしている調剤薬局グループです。『正確・迅速・親切』という社是のもと、地域に密着したかかりつけ薬局として、皆さまにトータルな健康サービスを提供いたします。

●紀北薬局このの店

住所／和歌山県橋本市神野々1107-6
TEL 0736-33-0138 FAX 0736-33-2046

●紀北薬局うちた店

住所／和歌山県紀の川市打田1340-5
TEL 0736-78-2880 FAX 0736-78-2585

●紀北薬局おみね店

住所／和歌山県橋本市小峰台2-12-39
TEL 0736-34-7270 FAX 0736-34-7271

●紀北調剤薬局

住所／和歌山県橋本市東家6丁目1-20
TEL 0736-33-5692 FAX 0736-33-2400

●グレープ薬局

住所／和歌山県橋本市市脇5-4-13
TEL 0736-39-1820 FAX 0736-39-1835

●なかのしま店

住所／和歌山県和歌山市中之島307-1
TEL 0734-73-880 FAX 0734-73-8889

●紀北薬局やお店

住所／大阪府八尾市久宝寺3-15-34
TEL 072-998-3777 FAX 072-998-3770

●紀北調剤薬局まんざきひしき店

住所／大阪府堺市西区菱木1丁2229-2
TEL 072-290-7581 FAX 072-290-7582

●ピーチ薬局

住所／大阪府茨木市水尾3丁目16-28
TEL 072-635-0278 FAX 072-635-2278

皆様の健康を応援します!

処方箋をFAXして頂きますと、お薬を処方致します。原本をお持ちください。
一包化調剤（一回に飲む複数のお薬を、一包にする）をしております。
地域に密着した処方をめざしております。

安心のサポート

- 24時間対応処方箋受付ポスト
- FAX処方箋受付
- FAX 072-290-7582**
- 在宅訪問



紀北調剤薬局 まんざきひしき店

大阪府堺市西区菱木1丁2229-2

TEL:(072) 290-7581

営業時間：月・火・水・金 9:00～19:00

木曜 9:00～13:00

土曜 9:00～12:00

シェフの一品
自宅で簡単、プロの味!
イタリア料理

清水 宏海さん

トラットリアZETA(ゼータ)



トラットリアZETA(ゼータ)

〒530-0047

大阪市北区西天満3-6-22-2F

TEL:06-6364-8033

営業時間

ランチ 月～土 11:30～14:00 (L.O.)

ディナー 月～金18:00～22:00 (L.O.)

土日17:30～21:30 (L.O.)

定休日 不定期

URL <http://trattoria-zeta.s2.weblife.me/>

店主経歴

清水宏海 1968年生まれ

16歳で大阪に来阪。

河内松原の肉屋に5年勤務し、21歳の時、初めて洋食屋で働く。

25歳まではフレンチ店で働き、街場のイタリアンへ。

OAPのオープン、京都リストランテ花門、トラットリア花門の料理長を経て、平成23年7月 南森町に、トラットリアZ(ゼータ)をオープン。

虫歯予防のシーラントやフッ素とは何ですか？

虫歯の予防には、幼稚園までの小さいお子様は、3ヶ月ごとのフッ素塗布が虫歯予防に有効です。自分で歯磨きができる年齢のお子様には、半年ごとの健診とフッ素塗布をおすすめしています。フッ素の塗布は、特に小さなお子様に効果があります。

フッ素の他に、虫歯の予防には、シーラントといった、歯の溝を埋める虫歯予防の方法があります。奥歯の歯の溝は特に食べ物がよくつまりやすく、虫歯になりやすいので、奥歯の溝をあらかじめ埋めてしまふシーラントは、結果、虫歯になりにくくなるという利点があります。そして何より、虫歯の予防には、①虫歯の早期発見 ②定期健診が何より大切です。虫歯ゼロの元気な歯を目指しましょう。

子供の歯磨きのポイントはありますか？

小学校低学年のお子様にはおうちの方が、仕上げ磨きをしてあげましょう。

お母さんの膝の上に、口の中がとてもよく見えて、より磨

ご高齢者へのワンポイントアドバイスはありますか？

お母さんが仕上げ磨きをされる場合は、磨き残しが目で見てよくわかるように、歯磨き粉を使用しないか、する場合は発泡剤の入っていないものを使用するといいでしょう。

お子様が歯磨き粉をつける場合は、フッ素入りの歯磨き粉をおすすめしています。市販の歯磨き粉は、歯科医院で使用するフッ素より、濃度が低くなっているので、毎日お使い頂けます。またフッ素入りの歯磨き粉は、発泡剤がないものが多いため、泡が出にくくなっています。お母

虫歯予防のシーラントやフッ素とは何ですか？

虫歯の予防には、幼稚園までの小さいお子様は、3ヶ月ごとのフッ素塗布が虫歯予防に有効です。自分で歯磨きができる年齢のお子様には、半年ごとの健診とフッ素塗布をおすすめしています。フッ素の塗布は、特に小さなお子様に効果があります。



当医院は、個室での診察で患者様のプライバシーをお守りします。



お母さんの膝の上に、お子様の頭を乗せると、お口の中がよく見えて、仕上げ磨きがしやすくなります。

お母さんが歯磨き粉をつける

入れ歯に関しては、普段は

よく水洗いをし、就寝時は水

の間、奥歯の溝が虫歯になりやすいので、特に念入りに歯

磨きをしてください。歯磨き

の後に、子供用のデンタルフロ

スを使うと、歯ブラシだけで

は磨ききれなかつた歯と歯の

間の汚れも、取り除くことが

きやすくなります。

子供の虫歯予防に有効な、シーラント・フッ素とは？

「取材協力・監修」ますもと歯科クリニック・マスマト歯科医院

枠元 克美 先生
枠元 伸明 先生

ますもと歯科クリニックでは社会貢献プロジェクト「TOOTH FAIRY」に参加しています。



歯の妖精「TOOTH FAIRY」とは...

西洋では、抜けた乳歯を枕元に置いて寝ると、夜中に歯の妖精TOOTH FAIRYがこっそりその歯をもらいに来て、お礼にプレゼントと交換していくという言い伝えられています。歯の治療で役目を終えた金属も、子どもたちを喜ばせる素敵なプレゼントにかえられたら、という思いからこのプロジェクトは始まりました。

☆歯の妖精「TOOTH FAIRY」プロジェクトについて☆
歯科治療や入れ歯に使う金属は、金やパラジウムなどを含んだ合金でできています、沢山集めてリサイクルすることで、子どもたちを支援する大切な資金となります。

TOOTH FAIRYプロジェクトは、この活動に共感した歯科医師が患者さまの協力により集めた金属をご寄付いただくことにより進めています。

<http://tooth-fairy.jp/about/>



PROFILE

ますもと歯科クリニック院長
枠元 克美（ますもとかつみ）先生

昭和55年 大阪歯科大学卒業
昭和59年 マスマト歯科医院勤務
平成22年10月 ますもと歯科クリニック開設

マスマト歯科医院院長
枠元 伸明（ますもとのぶあき）先生

昭和56年 大阪歯科大学卒業
昭和59年 マスマト歯科医院開設

ますもと歯科クリニック マスマト歯科医院

〒593-8315 〒593-8312
大阪府堺市西区菱木1丁目2229-2 大阪府堺市西区草部1085-30
萬崎クリニックモール内 TEL : 072-273-8241
TEL : 072-274-6688

- 医院・クリニック開業支援 -

開業！
と思ったら
まずはご相談！

医療支援部

担当：一宮・上能
電話時間帯（9時～18時）
メール（24時間）

事業計画

資金調達

税務相談

開業物件選定

ご希望に沿った開業候補地の選定、ご紹介など

機器購入

人材採用

各種開業手続き、税務関係書類など、開業に伴う業務を丁寧に全面サポートさせていただきます。
まずはお気軽にご相談ください！

Total Support



堺再発見!

世界3大墳墓の一つ

仁徳天皇陵古墳

©堺市

世界三大墳墓の一つに数えられる 仁徳天皇陵古墳

日本最大の前方後円墳、仁徳天皇陵古墳。エジプトのクフ王のピラミッド、中国の秦の始皇帝陵と並ぶ世界3大墳墓の一つといわれ、5世紀中ごろに約20年をかけて築造されたと推定されています。地元では「仁徳さん」「御陵さん」と親しみを込めて呼ばれ、昔は桜の名所として人々に親しまれていました。墳丘の大きさは全長約486m。2.8kmの周遊路も整備されています。きもちのいい初夏の風を感じながら、一度散策してみませんか？

Q. 仁徳天皇陵古墳とは？

1500年以前の5世紀に造られた古墳で、日本全国に20万基はあるといわれる古墳の中でも最大です。現在は、仁徳天皇陵として宮内庁が管理しています。明治5年(1872年)には、前方部で竪穴式石室に収められた長持形石棺が露出し、刀剣・甲冑・ガラス製の壺と皿が出土しました。出土品は再び埋め戻されたといわれ、詳細な絵図の記録があります。

また、同古墳周囲には、「陪塚」(ばいじょう)と呼ばれる小型古墳10基以上も存在しています。



Q. 仁徳天皇陵古墳にはどのような人が葬られているのですか？

仁徳天皇陵古墳に葬られている人がだれか、本当によくわかつていません。伝承では、『日本書紀』に出てくる第16代天皇の「仁徳天皇」の墓と伝えられ、「百舌鳥耳原中陵(もずみみはらなかのみささぎ)・仁徳天皇」として宮内庁が管理しています。

古墳は今から1500年以前の5世紀に造られた日本最大の古墳で、当時の日本(倭)を治めていた大王(おおきみ)が葬られたことは確実です。しかし、当時は天皇という名前がないので、後の天皇と同じ様な人だったかどうかはわかりません。

仁徳天皇の父は応神天皇。母は仲姫命(なかつひめのみこと)。「日本書紀」によれば、応神天皇の死後、皇太子である弟が兄をさしあいで位につくのをよしとせず自殺したため即位しました。また、人家から炊煙のあがらないのをみて一時課税をやめ、人民の困窮をすぐったそうです。



© Wikipedia

Q. 仁徳天皇陵古墳を造るのに何人の人が働いて、何年かかったの？

古墳を造るのに積み上げた土の量は約1,406,866立方メートル(運搬土量に換算すると1,998,000立方メートル、10トンダンプカーで27万台分)で、古墳に巡らした円筒埴輪の数は約29,000本。古墳の墳丘が痛まないように表面に貼り付けた葺石が14,000トン(ダンプカーで1,300台分)として計算すると、古墳を造るのに働いた人は延べ6,807,000人で、一日当たりピーク時2,000人が働いたとして工事期間は15年8ヶ月以上かかった計算になります。(以上、大林組プロジェクトチーム「王陵」『季刊大林・第20号』1985年より)

また、これらの人々が働くには食料や道具などが必要です。それらを供給する人も多数いたことになります。当時の日本の総人口が5から600万人位といわれている時にそれだけの人々を、個人のお墓を造るために集めて支配できた、それだけ大きな権力を持った人がいたという証拠になります。



世界3大墳墓を比べてみよう

日本最大の仁徳天皇陵古墳は、世界最大級の墳墓です。エジプトのクフ王のピラミッドと比べてみても、大きな規模であることがわかります。

	仁徳天皇陵古墳	クフ王のピラミッド
全長	約486m	約230m
高さ	約35.8m	約146m
体積	約140万m³	約260万m³



仁徳天皇陵古墳

大阪府堺市堺区大仙町



● アクセス ----- JR阪和線「百舌鳥駅」下車

● 駐車場 ----- 大仙公園駐車場／乗用車108台

(2時間まで200円、以降1時間毎に100円追加、5時間以上600円)、バス18台(1台1回1,000円)

仁徳天皇陵古墳がよく見えるポイント

永山古墳南側の陸橋の上、JR百舌鳥駅南側の陸橋の上、堺市役所高層館21階展望ロビー

JSK
税理士法人 JSK

税理士法人ジェイエスケー

TEL 06-6313-1369
Email info@jsk.gr.jp

各分野のエキスパートが 様々な問題を総合的に解決！

税理士法人ジェイエスケーは、税務・会計の枠を超えたコンサルティングサービスを展開する税理士法人です。各分野の専門スタッフが連携し、お客様の成長発展をトータルにサポートします。

税務・会計

企業を取り巻く環境や会社の現状をふまながら、ニーズに合ったサービスや的確な指導をお約束いたします。

経営

企業の存続と、さらなる成長・発展への具体的な手立てをアドバイスいたします。

自社主催セミナーも定期的に開催



税金や経営に関するタイムリーな情報を提供するため、定期的にセミナーを開催。徹底したフォローを実践しています。

医 療

開業コンサル・医療法人シミュレーション・事業承継等をトータルでサポートし経営効率の改善を提案いたします。

資産（相続）

相続税申告をはじめ、円満相続のための提案から実行までをお手伝いいたします。

税理士法人ジェイエスケー
株式会社ジェイエスケー

〒530-0047 大阪市北区西天満 3-5-20 JSK ビル
http://www.jsk.gr.jp/

『メディックスプレス』

MEDMIX PRESS
Vol.17 2021.6.19



メディックスプレスは、医療と健康のお役立ちフリーペーパーです。

設置場所は随時、募集しています。

詳しくは下記までお問い合わせください。

お問い合わせ

(株)メディカル・エージェント

TEL.072-635-5777 メディックス茨木内
E-mail : info@medmix.jp